

耳穴压豆护理干预对眩晕患者头痛头晕症状的改善效果分析

王芳¹, 金昭¹, 唐春花^{2△}

(1. 咸宁职业技术学院, 湖北 咸宁 437000; 2. 湖北科技学院附属第二医院, 湖北 咸宁 437100)

摘要: **目的** 对眩晕患者头痛头晕症状采取耳穴压豆进行护理干预的改善效果研究。**方法** 以我院2019年5月至2021年5月收治的86例眩晕症患者为研究对象,以数字抽签法进行分组,奇数数字为观察组,偶数数字为对照组,每组各43例。对照组采取常规护理干预,观察组采取耳穴压豆护理干预。对比两组患者护理后的头痛头晕症状改善水平、生活质量情况。**结果** 观察组的头痛头晕症状改善水平明显高于对照组($P<0.05$),两组护理后的生活质量均较护理前提高,观察组护理后的生活质量明显高于对照组($P<0.05$)。**结论** 对眩晕患者采取耳穴压豆护理干预,可以有效改善患者头痛头晕症状,提高患者的生活质量,值得临床推广。

关键词: 耳穴压豆;护理;眩晕;头痛;头晕;生活质量

中图分类号: R248.1

文献标志码: A

文章编号: 1000-2723(2021)06-0076-03

DOI: 10.19288/j.cnki.issn.1000-2723.2021.06.016

眩晕症是一种运动或位置错位幻觉症,这是由于患者存在空间定位障碍,因此常感觉到头晕目眩或产生周围事物在旋转、摇动等幻觉^[1]。眩晕症发病原因较为复杂,多与贫血、颈椎病、前庭功能障碍等有关^[2]。眩晕症发病时,患者除了出现天旋地转的幻觉,还伴随出现恶心、呕吐、行走困难等症状。目前临床上对眩晕症的治疗主要是以服用糖皮质激素、抗生素等药物治疗为主,长期服用会产生恶心、呕吐、耐药性等不良反应,不仅影响治疗效果,还会影响患者治疗的心态和依从性。因此,为保证治疗效果、提高患者依从性,除了医药治疗,还需要配合临床护理进行干预。常规护理由于其在症状的针对性护理方面存在一定局限性,对治疗效果的保障作用较小。耳穴压豆护理属于中医护理范畴,通过对耳穴各穴位的持续按压,可起到镇痛祛风、疏通经络的效果,从而针对性地改善患者的头痛头晕症状,促进治疗效果的改善。本文对眩晕患者头痛头晕症状采取耳穴压豆进行护理干预的改善效果进行观察。具体报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 以我院2019年5月至2021年5月

收治的86例眩晕症患者为观察对象,以数字抽签法进行分组,奇数数字为观察组,偶数数字为对照组,每组各43例。其中,对照组男20例,女23例;年龄42~75岁,平均年龄(56.35 ± 4.69)岁;病程为1~10 d,平均(4.56 ± 1.83)d。观察组男25例,女18例;年龄39~70岁,平均年龄(56.22 ± 4.58)岁;病程为1~13 d,平均(4.47 ± 1.66)d。对比2组一般资料,差异无统计学意义($P>0.05$),可以比较。

纳入标准:①经诊断符合眩晕症标准;②无血液传播疾病;③无恶性肿瘤、肝肾等其他疾病;④无认知及沟通障碍;⑤患者及家属签署同意书和知情书。**排除标准:**①脑出血、脑瘤、脑动脉硬化患者;②颈椎脱位、骨折问题患者;③恶性肿瘤患者;④精神类疾病、无沟通能力者。

1.2 方法 2组患者均先予以常规方式进行护理,包括饮食指导、用药指导、病情监护、环境营造4个方面,具体内容包括:①饮食指导:要求患者清淡饮食,禁饮酒、浓咖啡、浓茶或食用辛辣刺激性食物,多摄入营养丰富食物;②用药指导:监督患者遵医嘱按时服药,确保患者了解用药治疗期间可能出现的不良情

收稿日期: 2021-10-08

第一作者简介: 王芳(1981-),女,硕士,副教授,研究方向:护理教育。

△通信作者: 唐春花, E-mail: 575797567@qq.com

况,并及时告知医生及护理人员;③病情监护:密切注意患者的病情情况,强化对患者生命特征的监测,避免不良情况的发生;④环境营造:营造安静、整洁、干净、适合休养的病房环境,适当减少家属探望与陪护,保障患者充足的睡眠和休息时间。

观察组在常规护理基础上进行耳穴压豆护理,具体步骤如下:引导患者端坐于椅子,背部紧靠椅背,选取皮质下穴、肝穴、枕穴、额穴、肾穴、神门穴为压豆护理穴位,以75%医用消毒酒精棉球对各穴位进行擦拭消毒处理,随后用0.6 cm×0.6 cm胶布将王不留行籽固定在耳穴部位,持续按压王不留行籽刺激耳穴部位,持续时间为5~10 min,以耳穴部位出现酸胀感、麻痛感为宜,早、中、晚各按压1次,若患者眩晕症状较为严重,可同时对其双耳或侧耳穴位按压,增强治疗效果。胶布需每3 d更换1次。2组患者持续护理7 d。

1.3 观察指标

1.3.1 头痛头晕症状 按照《中药新药临床研究指导原则》规定的疗效标准评估患者的头痛头晕程度,分为轻度、中度、重度3个等级。轻度为头痛头晕症状不明显,无明显晃动感,不影响日常生活;中度为头痛头晕症状稍明显,有轻微晃动感,稍微影响日常生活;重度为头痛头晕症状十分明显,晃动感较为频繁,严重影响日常生活。改善水平=(轻度例数+中度例数)/总例数×100%。

1.3.2 生活质量 采用生活质量综合评定问卷(Generic Quality of Life Inventory-74, GQOLI-74)评估患者护理前后的生活质量,包括身体疼痛、心理状况、社会功能、物质生活4项内容,每项各100分,总分取各项之和平均值,分数越高,生活质量越好。

1.4 统计学分析 使用统计学分析软件SPSS18.0对数据进行整理分析,生活质量以表示,以 t 进行检验,头痛头晕症状改善水平以%表示,以 χ^2 进行检验,以 $P<0.05$,为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 2组护理后头痛头晕症状改善水平对比 实施护理后,观察组的头痛头晕症状改善水平明显高于对照组($P<0.05$),差异有统计学意义。见表1。

表1 2组护理后头痛头晕症状改善水平对比[n(%)]

组别	n	轻度	中度	重度	合计
观察组	43	28(65.12)	14(32.56)	1(2.33)	42(97.67)
对照组	43	13(30.23)	24(55.81)	6(13.95)	37(86.05)
χ^2		10.49	4.71	3.89	3.89
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.2 2组护理前后GQOLI-74评分对比 2组护理后GQOLI-74评分均比护理前高,观察组护理后的GQOLI-74明显高于对照组($P<0.05$),差异有统计学意义。见表2。

表2 2组患者护理前后GQOLI-74评分对比($\bar{x}\pm s$,分)

组别	n	身体疼痛		心理状况		社会功能		物质生活		合计	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	43	52.43±1.43	67.38±1.68	48.51±1.57	57.53±1.77	38.24±1.26	55.71±1.22	68.34±1.56	80.33±1.21	58.44±1.53	72.15±1.12
对照组	43	52.36±1.52	60.52±1.55	48.66±1.62	51.33±1.66	38.32±1.15	49.68±1.34	68.52±1.62	73.46±1.28	58.51±1.51	65.35±1.15
t		0.22	19.68	0.44	16.75	0.31	21.82	0.52	25.58	0.21	27.78
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

3 讨论

眩晕症是多发于中老年人的一类疾病,但由于近年来生活和饮食结构的改变,眩晕症的发病人群趋向年轻化^[3]。眩晕症的病因较为复杂,西医认为多与贫血、颈椎病、心理抑郁、脑供血不足等疾病有关。西医多采取药物治疗眩晕症,治疗效果不仅不理想,还会

产生不良反应,加重患者身体负担。因此除了常规治疗外,还需一定的辅助护理配合治疗,才能有效保障治疗效果。常规护理主要就环境护理、用药指导、饮食指导、病情监护进行护理,虽然可以对患者治疗的依从性起到一定的促进作用,但较难帮助解决疾病发生的根源,难以保证治疗效果。中医学认为眩晕症主要

由气虚血弱、经脉郁阻、聚湿生痰、肝火虚旺引起,临床多按照补血益气、疏肝理气、祛湿温阳的原则进行治疗^[4]。耳穴压豆护理属于中医护理手段,通过王不留行籽按摩耳穴刺激与耳穴相对应的身体经络、脏腑,从而起到疏通经络、镇痛祛风、促进气血畅通的效果,改善患者头痛头晕症状^[5]。

本研究发现,观察组的头痛头晕症状改善水平明显高于对照组($P < 0.05$),说明耳穴压豆护理可以明显改善眩晕症患者的头痛头晕症状。究其原因,耳穴是病症的反应点和治疗点,对眩晕症患者实施耳穴压豆护理,可以刺激病症对应穴位,活经通络,镇痛安神。耳穴压豆护理通过按压耳部对应的肝穴,疏风开窍、祛风除痰,同时按压肾穴可固肾养肾,肝肾互益,精血共生,有益气血平衡,镇痛祛风,清目明神;皮质下穴可安神醒脑,减轻患者头痛头晕的痛感和昏沉感;枕穴可有效调节前庭功能,改善患者走路不稳症状;神门穴可温阳补虚、清热解毒。因此,实施耳穴压豆护理不仅可以有效帮助患者改善头痛头晕症状,还可疏肝理气、提升气血、调节阴阳平衡,促进病情好转。观察发现,观察组护理后的生活质量明显高于对照组($P < 0.05$),说明实施耳穴压豆护理可以有效促进患者生活质量的提高。在护理中,护理人员不仅对患者实施

常规护理,还结合患者的病况实施了耳穴压豆的按压护理,给予了患者全面细致和针对性的护理,有效促进了病情好转。此外,通过实施耳穴压豆护理,刺激耳穴对应的身体脏腑和经络,改善局部血液循环,镇痛祛风,疏肝理气,温阳补虚,提升气血,从根本上改善头痛头晕的症状,因此患者得以逐渐恢复正常生活,生活质量明显提高。

综上所述,对眩晕症患者进行耳穴压豆护理,可以有效改善患者头痛头晕症状,提升患者生活质量,值得临床借鉴。

参考文献:

- [1] 胡艳. 耳穴压豆护理对眩晕患者头痛头晕症状的改善作用研究[J]. 基层医学论坛, 2021, 25(21): 3079-3081.
- [2] 夏吉星. 纳洛酮治疗眩晕症 66 例临床观察[J]. 咸宁学院学报(医学版), 2011, 25(3): 221-222.
- [3] 杨敏, 金成英. 耳穴压豆联合穴位贴敷在眩晕辨证施护中的应用研究[J]. 新中医, 2019, 51(12): 265-267.
- [4] 董伶俐. 中医综合治疗耳眩晕临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2019, 17(20): 74-76.
- [5] 龚耀承. 西比灵治疗椎-基底动脉供血不足性眩晕 40 例疗效观察[J]. 咸宁学院学报(医学版), 2005, 19(5): 415.